ROK IX
Nr. 2.
15 Styczeń
Opłata uiszczona ryczałtem
Cena 60 gr.



MŁODA MATKA





DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

Spacery w zimie dzieci do lat 2.

Niemowlęta i dzieci małe potrzebują dużo powietrza i wprost nie do pomyślenia jest fakt, że większość z nich w okresie zimowym nie opuszcza przegrzanych i źle przewietrzanych pomieszczeń.

Sprawa spacerów niemowląt starszych, urodzonych na wiosnę lub w lecie, nie nasuwa trudności. Te dzieci korzystają z nastaniem chłodów z dalszych spacerów

Inaczej przedstawia się sprawa niemowląt, urodzonych na jesieni lub w zimie. Czy mają one już w zimie rozpocząć spacery? Oczywiście tak. Zaczynamy je jednak od spacerów w pokoju, zdaleka od okna, które otwieramy na 1 do 5 minut, zależnie od stanu pogody.

Zrozumiałe, że w dzień słoneczny okres spaceru, nawet w pokoju, musi być dłuższy. Później stopniowo zbliżamy dziecko do otwartego okna i przytem na dłuższy okres czasu. Po kilku dniach takiego spaceru w pokoju — wynosimy dziecko na dwór.

Znacznie łatwiejsze jest przeprowadzenie pierwszego spaceru, gdy niema mrozu. Wówczas po jednym spacerze w pokoju przy otwartem oknie odrazu przechodzimy do spacerów na wolnem powietrzu.

Jeśli chodzi o temperaturę, to niemowlęta 2, 3 i 4-miesięczne mogą wychodzić do 2—3°C poniżej 0°; starsze, do roku, stopniowo do 5°C poniżej zera. Dziecko od roku do dwóch — do 7—8°C poniżej zera. Oczywiście, odgrywa tu rolę nietylko sama ciepłota. Trzeba pamiętać, że przy spokojnej, słonecznej pogodzie 3—4° mrozu nie zaszkodzi dziecku, natomiast już przy 0°, gdy jest silny wiatr, możemy dziecku odmrozić twarzyczkę. Dlatego, prócz spoglądania na termometr, musimy się orjentować i co do innych właściwości pogody.

Pierwszy spacer na dworze powinien trwać od 5 do 15 minut, w zależności od pogody. W następnych dniach czas spacerów przedłużamy o kilka minut, dochodząc do 1½—2 godzin na dobę dla bardzo małych niemowląt. Starsze niemowlęta i dzieci od 1 do 2 lat mogą, również przy ładnej pogodzie, spędzać na wolnem powietrzu 2 do 4 godzin dziennie, a nawet i więcej. Długi spacer lepiej stosować w dwóch okresach, przed i po połud-

niu. Podczas spaceru lepiej jest trzymać się strony nasłonecznionej.

W dnie chłodne, wietrzne lub deszczowe należy zastosować spacer w mieszkaniu. Ubieramy wówczas dziecko, jak do wyjścia i trzymamy je w pokoju przy otwartem oknie. Przy takim spacerze w każdym razie nie pozbawiamy dziecka świeżego powietrza.

Jeżeli dziecko ma wózek i w nim jeździ na spacer, to trzeba pamiętać o kilku szczegółach. W czasie normalnego spaceru, przy ładnej pogodzie, zastosowanie budki jest niepotrzebne, a nawet przeciwskazane. Dziecko, jadąc na spacer w wózku z podniesioną budką, osłonięte ceratowym fartuchem i zamkniętą szybką — jest jak w mieszkaniu. Ruch powietrza jest zatamowany, dziecko oddycha powietrzem, które samo wydycha. Budka jest tylko ochronnem pogotowiem przed deszczem, śniegiem lub gwałtownym wiatrem, tak samo i fartuch ceratowy. Najmniejsze zastosowanie ma szybka z celofanu. Ta już tylko wówczas powinna być używana, kiedy wiatr miecie deszcz i śnieg wprost na dziecko. Wtedy może ona zabezpieczyć dziecko od zamoczenia lub zmarznięcia.

Małe niemowlę najlepiej wywozić na spacer w beciku, wkładając na koszulkę wełniany lub barchanowy kaftaniczek, na główkę i uszy ciepłą czapeczkę. Becik w wózku kładziemy na materacyk, a z zewnątrz przykrywamy go kołderką, lub futerkiem. Używanie w beciku pierzynki jest mniej dogodne, a to z tego względu, że pierze może bardzo łatwo podczas ruchu zsunąć się na jedną stronę, powodując ochłodzenie drugiej. Takie przypadki są znane i dlatego przed niemi ostrzegam. Jeżeli dziecko jest dostatecznie ciepło ubrane, to ciepła kołderka w beciku jest zupełnie wystarczająca.

Ciepłe i niespocone ciało świadczy o dostatecznem ubraniu dziecka, spocone dowodzi przegrzewania.

W dni chłodne i wietrzne należy pamiętać o posmarowaniu twarzyczki dziecka wazeliną. Cienka powłoka tłuszczu chroni twarzyczkę dziecka przed nadmiernem oziębieniem, spierzchnięciem, a nawet odmrożeniem.

Na spacer chodzi, rzecz prosta, tylko zdrowe dziecko. Bledniecie dziecka na spacerze nie może być żadnem przeciwskazaniem do spacetru. Zależy ono nie od zmian chorobowych i złego znoszenia spaceru, ale od pewnej wrażliwości naczyń skórnych na wpływy zewnętrzne. Natomiast sinica twarzy świadczy o nadmiernem oziębieniu dziecka i wymaga natychmiastowego przerwania spaceru.

Na zakończenie poruszę jeszcze sprawę przewijania niemowląt na spacerze i wysadzanie dzieci starszych. Przewijać niemowlęta, jako też wysadzać dzieci można tylko w zakrytych i ogrzanych pomieszcze-

(Dokończenie na str. 30).

Higjena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach.

Drobne zabiegi w chorobach gardzieli.



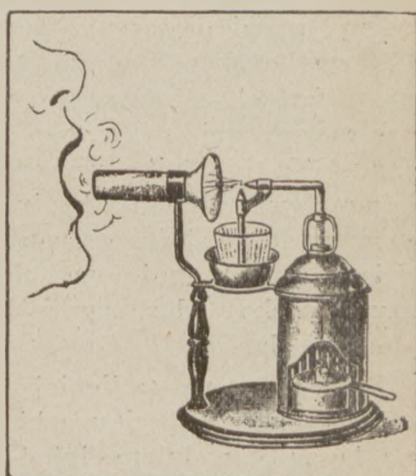
Płókanie gardła niewłaściwe: język zatyka gardło, nie dopuszcza do niego płynu.



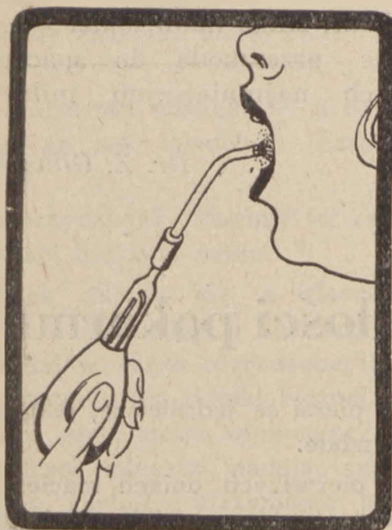
Płókanie właściwe: język (choćby na chwilę) musi być mocno wysunięty.



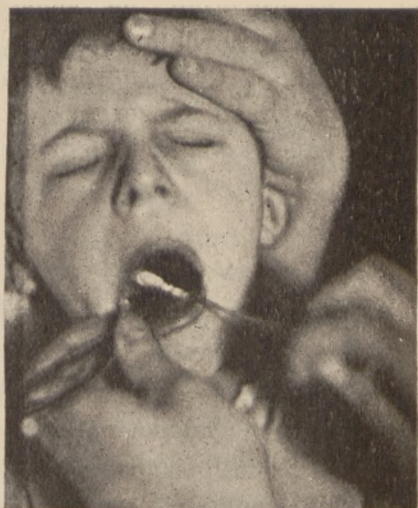
Urządzenie do wzierania pary wodnej. Zamiast tego inhalatora można postawić przy nożnym końcu łóżeczka czajnik (mało wody!) na maszynce spi ytusowej; na dziobek czajnika nasadzić rurę blaszaną.



Inhalator do wziewania rozpylonych leków płynnych wraz z ogrzaną parą wodną.



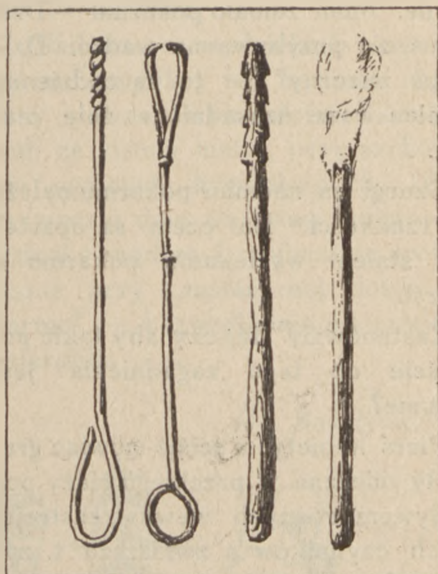
Specjalny rozpylacz do leków oleistych (np. Algorhina Spiessa) z nasadką gardzielową).



Pendzlowanie gardła przepisanym lekiem. Język przyciśnięty jest szpadlem lub łyżeczką (gładką).



Sposób trzymania dziecka niespokojnego do pendzlowania gardła (lub do oglądania gardła przez lekarza).



Do pendzlowania nawija się watkę na specjalny trzymacz druciany lub na patyczek, na którym nacina się ząbki (jak na rys.), by wata nie pozostała w gardle.

Dr. M. ZAKS.

niach. Wyjeżdżając na spacer, dobrze jest niemowlętom podłożyć grubszy podkład, starsze zaś dzieci wysadzić przed spacerem.

Gdy o tem wszystkiem będziemy pamiętać, zima, mam nadzieję, nie będzie przeszkodą do spacerów naszych najmniejszych milusińskich.

Dr. Z. Glińska

O t. zw. „nadmiernej ilości pokarmu".

Dzisiaj nie będę pisał o dziecku; Zwrócę uwagę na młodą matkę.

Ostatnio, czy tak przypadek chciał, z kilku stron spotkałem się z prośbą o podanie przyczyny „nadmiernej ilości pokarmu u matki".

Zazwyczaj obserwujemy stany, bądź tylko nastawienie matek wręcz przeciwne. Mam zamało pokarmu — Dzidziuś nie przybywa na wadze. Dzidziuś mizerny" — to są codzienne a niezawsze uzasadnione żale matek.

Skargi na nadmiar pokarmu należą do rzadkości. Na czem są oparte? Na stałem wyciekaniu pokarmu z piersi.

Zastanówmy się, czy aby takie podejście do tego zagadnienia jest słuszne?

Pierś kobiety, a ściśle mówiąc gruczoły mleczne w przebiegu ciąży pod wpływem różnych wewnątrzustrojowych czynników a zwłaszcza t. zw. gruczołów o wydzielaniu wewnętrznem, przygotowują się do pracy jaka ich czeka.

Tkanka gruczołu mlecznego silnie się rozrasta, tkanka tłuszczowa ustępuje jej miejsca. Już pod koniec ciąży piersi są jędrniejsze, jakgdyby nabrzmiałe.

W pierwszych dniach macierzyństwa b. szybko powiększa się ilość pokarmu. Ssanie zwiększa pracę gruczołów.

Często w pierwszych tygodniach macierzyństwa dziecko nie jest w stanie przyjąć całej ilości pokarmu. Wypływanie ,pokarmu z piersi jest wtedy wyrazem jego nadmiaru. Stan ten jest zwykle krótki, przejściowy.

Normalna waga dzieka wzrasta o 20—30 gr. dziennie. Przedstawiona na wykresie „krzywa wagi" pnie się stromo ku górze. Zapotrzebowanie pokarmu jest coraz większe i wprost proporcjonalne do wagi; 100—120—150 gramów pokarmu na kilo wagi— ilość pokaźna jak na jedno karmienie.

Prędko mija zmartwienie z powodu „dużej ilości pokarmu".

Niekiedy przez dłuższy okres karmienia (6—8 mies.), słyszymy skargi na stałe wyciekanie pokarmu.

Czy i tutaj mamy go zawiele? Nie.

Gdy ważymy dziecko przed i po karmieniu widzimy często ze zdumieniem, że dziecko wysysa mało,

niekiedy znacznie mniej niżby należało.

Pokarm sam wycieka — a dziecko cierpi na jego niedobór. Paradoks. Tak.

A przyczyna? Musimy jej szukać w samej budowie sutka.

Sutek składa się z właściwego gruczołu mlecznego i licznych jego przewodów, luźno rozrzuconej tkanki tłuszczowej oraz tkanki łącznej, która swą gęstą siatką włókien przenika i gruczoł mleczny, nadając sutkowi pewien kształt i utrzymując pewną jego jędrność.

Kanaliki—przewody gruczołu mlecznego biegną promienisto jak szprychy koła, zbieżnie ku brodawce sutkowej.

Harmonijne zachowanie się tych trzech składników sutka poza liczną siecią naczyń krwionośnych warunkują jego prawidłową pracę.

Przy przeroście tkanki tłuszczowej, gruczołowej lub zaniku włókien tkanki łącznej ulegnie zaburzeniu napięcie kanalików, ich ujść do brodawek, zabraknie czynnika hamującego wypływ pokarmu. W rezultacie widzimy stałe wyciekanie pokarmu z sutka.

Nadmiarem pokarmu martwić się nie będziemy. Zużytkować go może inne dziecko, w ostateczności odstrzyknięty wylejemy.

Drugi stan w następstwie jest gorszy. Pokarmu nie jest zawiele a mimo to wycieka.

W jednym i drugim przypadku zachowamy pewne zasady:

1-o Regularne, oznaczone godzinami karmienie dziecka, zwracając uwagę na dobre opróżnianie piersi.

2-o Ustalimy dobre warunki hygieniczne matce (kąpiele, spacery).

3-o Dobre podwieszanie sutka (odpowiednio przystosowane biustonosze).

4-o pewną stałą gimnastykę, masaż, miesienie sutka (zwłaszcza w drugim przypadku).

„Nadmierne wydzielanie się pokarmu", przykry ten niekiedy objaw przy pewnej wytrwałości i dobrej woli ze strony matki, przy zachowaniu ogólnych hygienicznych zasad zazwyczaj daje się łatwo opanować. Dziecko mądrze i racjonalnie prowadzone przy „nadmiernej ilości pokarmu" — bezwzględnie nie powinno ucierpieć.

Dr. Bielobradek.



Odpowiedzi na najczęstsze pytania matek.

O sapce u noworodków.

1. *Co powoduje sapkę u noworodków?*

Obrzęk błony śluzowej nosa.

2. *Dlaczego u noworodków powstaje sapka w pierwszych dniach życia?*

Ponieważ: 1) przewody nosowe są u noworodków wąskie, 2) śluzówki, nieprzystosowane jeszcze do zmienionych warunków po urodzeniu, ulegają drażnieniu prądem chłodnego powietrza oraz zmienną ciepłotą otoczenia.

3. *Jak długo zazwyczaj ta sapka się utrzymuje?*

Najczęściej 4 — 7 dni

4. *Czy wszystkie noworodki sapią?*

Prawie wszystkie.

5. *Czy jest to zjawisko chorobowe?*

Sapki najczęściej nie należy uważać za chorobę ze względu na częste jej występowanie i samoistne znikanie.

6. *Czy zatem potrzeba leczyć sapkę u noworodków?*

Nie potrzeba; leczenie może ją jeszcze przedłużyć.

7. *Dlaczego?*

Bo wszelkie zakładanie wacików, przemywanie nosa i t. p. może łatwo spowodować u noworodka uszkodzenie błony śluzowej nosa, a niekiedy i owrzodzenia.

8. *Czy sapka może spowodować jakieś dolegliwości u niemowlęcia?*

Tak, ale bardzo rzadko. Niemowlę może wtedy gorzej ssać pierś i mało przybywać na wadze; nie ma to wszystko jednak przeważnie większego znaczenia.

9. *A jeśli sapka jest tak duża, że dziecko nie może ssać?*

Należy wtedy zwracać uwagę, by powietrze w pokoju było dostatecznie wilgotne, nozdrza można niemowlęciu posmarować olejem parafinowym lub oliwą, a w razie większych trudności wezwać lekarza.

10. *A czy sapka u noworodka może się przedłużać do kilku tygodni?*

Nie Jeśli się jednak przedłuża, to

wtedy może to już nie być zwykła, mało znacząca sapka, lecz sprawa poważniejsza, wymagająca porady lekarza.

11. *O czem trzeba dobrze pamiętać?*

Że zwykła sapka jest sucha; jeśli oprócz sapki zjawia się u nowo-rodka wydzielina z nosa, zwłaszcza krwawa, należy bezzwłocznie udać się do lekarza.

Dr. P. Wójciak.

Podsłuchane rozmowy.

„Młodsze i starsze dzieci“.

Wczaraj była u mnie wychowawczyni Stasia i zapytywała, dlaczego malec jest taki nieśmiały i tak mało ma wiary w siebie?“

„Ciekawa jestem, coś odpowiedziała jej na takie „dictum“.

„Muszę się przyznać ze wstydem, że zajęta gospodarstwem, domem, obszywaniem chłopców, ich regularnemi i odpowiedniemi posilkami, nigdy nie zastanawiałam się nad sprawami „tego rodzaju“.

„Moja kochana, nie potrzebujesz się wstydzić, jesteśmy tak zapracowane, że na zajmowanie się bagatelkami czasu już braknie“.

„Zbyt śmiało nazwałaś to bagatelką. Widzę, że i ty nie zdajesz sobie sprawy, jak ważne zagadnienie poruszyła p. Irena Ja też zrózumiałam je dopiero po dłuższej z nią rozmowie. Tu przecież nietylko osoba Stasia w grę wchodzi, to zahacza i o Janka. Dopiero teraz jasno stoi mi przed oczami przypuszczenie p. Ireny“.

„Jakie przypuszczenie?... No, nie przerażej się tak mocno!“.

„Przypuszczenie, że Staś jest zawojowany, onieśmielany przez Jasia“.

„Co też ty opowiadasz, zawojowany, onieśmielany przez Jasia...!“

„Tak, tak, zupełnie słuszne przypuszczenie. Teraz widzę jasno, że Jaś za bardzo przewodzi Stasiem, a on, młodszy i słabszy, nie mogąc dorównać chłopcom starszym, zrobił się nieśmiały i wyobraził sibie, że do niczego nie jest zdolny. Wielkie to moje przewinienie, żem nie zwróciła uwagi na ten wadliwy ich stosunek“.

„No nie rozpaczaj, napewno więcej w tem przesady!“

„O, nie, nie, zaraz Ci opowiem fakty: wczoraj powrócił mąż mój po kilkodniowej nieobecności. Chłopcy wybiegli go przywitać i, naturalnie zaczęli opowiadać wydarzenia ostatnich dni. Staś pierwszy rozpoczął mówić, że w sąsiedniej willi spalił się garaż. Ale zaledwie wypowiedział kilka, wcale niezgorszych zdań, natychmiast przerwał

mu Janek, wołając z niezadowoleniem: „Zamilcz, źle mówisz, ja tatusiowi opowiem". Staś natychmiast umilkł i, zawstydzony, odsunął się kilka kroków, ze smutną minką, wpatrując się w twarz ojca, czy, aby nie rozgniewał go swą głupotą. Powinnam była zawołać Janka i szepnąć mu na ucho, aby pozwolił dokończyć opowiadanie młodszemu braciszkowi. Napewno obaj byliby zadowoleni z takiego obrotu sprawy. Ale nie zwróciłam na to uwagi, nie wniknęłam w treść tego faktu.

Albo onegdaj, słyszę hałas w pokoju i podniesiony głos Janka, a przez drzwi wpadają mi w ucho takie słowa: „bo ty zawsze jesteś niedołęga i osioł, nic nie potrafisz zrobić, taki śliczny zamek, wybudowałem, a ten niezdara nie potrafi kłaść klocków i wszystko zwalił. Odejdź, idź precz, nie baw się ze mną, pójdę po Krzysia z drugiego piętra, napewno dobrze będzie budował".

Zajęta gotowaniem, znów nie wtrąciłam się, aby sprawę załagodzić, a przypominam sobie, że malec był tego poobiedzia dziwnie cichy, smutny, kiepsko jadł. Ale, wiem, co zrobię, zaraz jak przyjadę do domu, zacznę bawić się ze Stasiem klockami, będziemy budowali parkany, zamki, domy; nauczę chłopca, jak trzeba kłaść klocki. Może w ten sposób wynagrodzę mu krzywdę. Już teraz koniecznie muszę zwrócić większą uwagę na obu chłopców, bo inaczej ze Stasia wyrośnie chłopiec zahukany, a Jaś w przyszłości będzie nieznośnym despotą. Do tego wniosku doszliśmy oboje z mężem"...

W tem miejscu gorący pocałunek przerwał dalszy ciąg rozmowy, i jedna z pań opuściła tramwaj.

L. Czechowska

Sytuacja dziecka we wczesnem dziecięctwie.

3. Poczucie wspólnoty.

Trudności, na jakie w rozwoju swoim napotyka każde niemal dziecko, sprawiają, że żadne nie wyrasta bez odczuwania swojej mniejszowartościowości, i dlatego stawia sobie świadomie lub nieświadomie za cel uzyskanie przewagi w swojem środowisku.

Dziecko dąży do znaczenia, ponieważ upakarza je rola nic nieznaczącego stworzenia, z którem można się nic liczyć, nie zauważyć, nie brać w rachubę, którego nie warto wyróżniać i t. d., a że ma zawsze przed oczami przykład jakiejś osoby, z którą nietylko inni się liczą, ale która posiada niezwykłe znaczenie dla innych, która impo-

nuje innym, lub wywołuje pełen bojaźni szacunek otoczenia. Osoba taka chce i umie domagać się uznania dla siebie i potrafi bronić się (niekiedy nawet brutalnie) przed zakusami zamachu na to swoje wyjątkowe znaczenie.

Nie w tem dziwnego, że dziecko zaczyna zazdrościć takiej osobie w rodzinie, zaczyna marzyć o dorównaniu jej, a potem o przewyższeniu jej. Obraz takiej osoby zapada głęboko w duszę dziecka, obraz osoby o imponującej postawie, władczego pana w swojem środowisku staje się mniej lub więcej świadomym ideałem, do którego zaczyna dziecko dążyć.

Obydwie wyżej podane kategorje przyczyn takiego nastawienia się dziecka wobec życia, są często niedostępne świadomemu kierownictwu wychowawczemu. Zwłaszcza pierwsza przyczyna. Drugą zaś, która należy do dziedziny t. zw. nieświadomych wpływów wychowawczych, można byłoby usunąć tylko przy dużym nakładzie sił i trudu. I to nie zawsze i na niedługo. Pozostaje tedy trzecia kategorja oddziaływań na dziecko. Jest to sprawa wychowania, świadomego i dobrze przemyślanego.

Jakże ono przedstawia się w praktyce? Czy stara się pomniejszyć, czy też spotęgować w dziecku dążenie do znaczenia?

Otóż odrazu trzeba powiedzieć, że osoby wychowujące dziecko, a więc matka, ojciec, dokładają wszelkich starań, aby spotęgować w dziecku jego dążenie do znaczenia. Sami nasuwają mu przykłady godne naśladowania.

„Spójrz, jakie z tego Jasia dobre dziecko! Prawdziwa pociecha dla rodziców!“

„Jeżeli będziesz taki grzeczny, jak Kazio, to zabiorę cię do cyrku!“

Innym razem nie omieszka matka bezinteresownie wychwalać młodszego dziecka:

„Jaka z tej Zosi mądra dziewczynka! Julek jest wyjątkowo udanem dzieckiem!“

Albo słyszy dziecko tego rodzaju głośne marzenia rodziców:

„Och, gdyby wszystkie dzieci były podobne do Michasia, nie byłoby wcale kłopotu z wychowywaniem dzieci“ i t. d.

Jakie skutki wywołują w duszy dziecka podobne wypowiedzi, zawierające w swej treści wywyższenie kogoś, a poniżenie jego?

Skutki są dwojakie:

Niechęć, a często nawet nienawiść, wskutek ostrej zazdrości, skierowana do owego dobrego Jasia, grzecznego Kazia, mądrej Zosi, „udanego“ Julka, czy też wzorowego Michasia i innych, ponieważ są to zazwyczaj dzieci albo z rodziny, albo z najbliższego otoczenia sąsiedzkiego, wobec tego nieprzyjazne nastawienie, skierowane początkowo tylko do specjalnych osób, z biegiem czasu rozszerza się na dalsze i wywołuje albo, w zależności od jakości charakteru dziecka: agresywnego, czy biernego, odpowiednio, albo ustawiczne utarczki z oto-

czeniem, albo odwrócenie się od ludzi, osamotnienie świadome, albo mniej lub więcej świadome, wysuwanie się naprzód bez względu na środki; wywyższanie siebie, lub poniżanie innych.

Skutki te doprowadzają do tego, że z chwilą, gdy dążenie do znaczenia opanuje dziecko, nie opuści go nigdy. Odtąd zamiast używać swobodnie życia, utrzymywać swobodne, niewymuszone stosunki z ludzmi, dziecko stale jest zajęte pytaniem: *jakie ono wywiera wrażenie* na otoczeniu i *co o niem myślą inni*.

Z chwilą, gdy przewagę zdobywa dążenie do znaczenia, wywołuje ono w życiu duchowem wzmożone napięcie, które sprawia, że dziecko wyraźniej widzi cel władzy i wyższości, wobec tego spotęgowanemi ruchami stara się zbliżyć do niego. Życie jego staje się oczekiwaniem wielkiego triumfu. Hamuje to swobodę działania i ujawnia najczęściej występujący rys charakteru: *próżność*, zwany niekiedy też *ambicją*. Próżność i ambicja kolidują z życiem społecznem i prowadzą w następstwie do osamotnienia jednostki nadmiernie próżnej i ambitnej. Ponieważ jednak człowiek jest *za słaby, aby mógł żyć sam*, nadmierne wybujanie w nim próżności, czy też ambicji, utrudnia możliwość współżycia z innymi, jest wysoce szkodliwe zarówno dla jego rozwoju, jak i dla możności utrzymania się przy życiu.

Żeby człowiek mógł utrzymać się przy życiu i zabezpieczyć je przed widzimisię przypadku, musi się liczyć z warunkami wspólnego bytowania ludzi, musi się przystosować do społeczeństwa, do praw niem rządzących. Każde społeczeństwo ma swoje prawa, swoją ideę naczelną oraz swoje reguły postępowania, które obowiązują wszystkich: czy to religijne, czy społeczne, czy narodowe.

Wychowanie musi uwzględnić ideę wspólnoty, a to zarówno ze względu na dobro ogółu, jak i dobro jednostki.

To, co nazywamy *sprawiedliwością*, nie jest w gruncie rzeczy niczem innem, niż spełnieniem żądań, jakie wypłynęły ze współżycia ludzi. One to ukształtowały organ duchowy człowieka.

To, co nazywamy dobrym lub złym charakterem, może być osadzone tylko ze stanowiska korzyści lub szkodliwości dla spólnoty społecznej.

Jak wynika z powyższego, wywoływanie, pielęgnowanie, lub popieranie w dziecku dążenia do znaczenia (a więc próżność, ambicję), stwarza niebezpieczeństwo, że dziec-

ko nie będzie miało wyczucia dla wartości społecznych. Zajęte sobą i usiłowaniem wybicia się na pierwszy plan, nie będzie mogło wyrosnąć na zdrowego duchowo, *pełnowartościowego, koleżeńskiego partnera*, który uzupełnienia dla dręczącego uczucia niepełnowartościowości będzie szukać wyłącznie tylko we współżyciu z ludźmi.

Zadaniem rodziny, a właściwie matki i ojca jest czuwanie nad tem, aby nie rozbudziło się w dziecku dążenie do znaczenia. Matce powinno to się udać. Pierwsze bowiem przejawy czułości dziecka ujawniają się w stosunku do matki. Jest ona dla niego najważniejszem odczuciem innego człowieka, na niej uczy się poznawać w innej osobie człowieka. Jak wykazał jeden z wielkich pedagogów (Pestalozzi), matka jest dla dziecka przewodniczką w jego stosunkach z innymi ludźmi, bo wogóle stosunek do matki tworzy tło dla wszystkich jego przejawów życiowych.

Obowiązkiem matki jest więc stworzyć takie warunki rozwoju, aby dziecko czuło się bezpiecznie pod jej opieką, aby nie krzywdzono go na rzecz kogoś innego z rodzeństwa, aby nie czyniono krzywdzącego dla niego porównywania z innemi dziećmi. Dziecko powinno myśleć, że jest takie samo, jak inne dzieci, że ma taką, jak i inne — wartość. Krótko mówiąc, należy dążyć do całkowitego uspołecznienia dziecka, bez obawy, aby nie zatraciło się w obrębie innych. Jeżeli bowiem dziecko posiada warunki, aby się w późniejszem życiu mogło wybić, żadne poskramianie jego ambicji, ani tuszowanie jej nie przeszkodzi ujawnieniu się jej indywidualności, jeżeli zaś nie posiada jej, sztuczne rozwijanie przez wbijanie w ambicję, nie doprowadzi do celu. Co najwyżej przyczyni się do utrudnienia, o ile nie do popsucia mu życia.

Stefanja Lewartowicz.

Nowy Rok w światku dziecięcym.

Rozpoczęcie roku w wielu rodzinach jest tym ważnym momentem, w którym inicjuje się wiele nowego. To zapisanie do freblówki czy przedszkola, na gimnastykę rytmiczną czy leczniczą, wyszukanie nowej wychowawczyni, rozpoczęcie nauki gry na fortepianie, śpiewu w komplecie, utworzenie zespołu do lekcyj tańca i t. p.

Obecne, zgórą trzytygodniowe ferje, też współdziałają. Po owej dłuższej zimowej przerwie, po rozprzężeniu świątecznem, zgarnia się dzieci starsze, wdraża w poniechane przez nie, czy niezbyt skrupulatnie spełniane czynności. Z niemi i młodsza dziatwa, wytrącona z równowagi, wraca do normy przedświątecznej. Spoglądając na sugestywną jedynkę na kalendarzu, przypominamy dzieciom, że są znów starsi. „Rok *Nowy* przecież!"

Na dzieci, od nas wrażliwsze, sugestja bardziej działa. Ileż to z nich samorzutnie tak bardzo gorąco pragnie zmienić od Nowego Roku, co było w ich postępowaniu złego, wadliwego, na lepsze, nieraz znów wyemancypować się, „udoroślić"! Może to słomiany ogień nieraz. Naszem zadaniem — podtrzymanie go w dziatwie.

„Teraz, od Nowego Roku, już Hania sama się ubierać będzie. Panienka duża! Sama może włożyć pończoszki, buciki, poukładać rzeczy przed spaniem na krzesełku przy łóżeczku. Haniusia już duża panna — 4 latka... Teraz Mamusia jej tylko włoży rajtuzy, opatuli na ulicę, uczesze główkę, obejrzy, czy się dobrze umyła — resztę Haniusia sama".

Inek znów od 15 stycznia, jak starszy braciszek Marek, zacznie znów do szkoły chodzić, będzie co rano już teraz regularnie wciągany w systematyczną naukę czytania i pisania — dotąd było to sporadycz-

nie jakoś, zabawą. Tylko... nie przerażajmy malca powiedzeniem: „Teraz inaczej, teraz nie można czytania opuszczać, boś duży, teraz codziennie sam przyjdziesz z książkami do Mamusi". Sami dla siebie miejmy tę datę jako epokową, a Inkowi o tem nie mówmy, nie przerażajmy go ścieśnieniem obroży, którą już odtąd nakłada mu się na życie całe — pracę obowiązkową.

Ładny kalendarz ścienny z odpowiednim dla dziatwy obrazkiem, wieszamy na ścianie w „dzieciurniku", dajemy malcom kalendarzyki do własnego ich użytku Pierwszą czynnością ich będzie, ma się rozumieć, szukanie: Kiedy to moje imieniny? kiedy Stacha? kiedy Mamusi? Czy do Wielkanocy daleko? Ścienny zaś kalendarz zrywaniem codziennem kartek jeszcze większą sprawia radość, choćby to odróżnianie dni czerwonych z perspektywą jakiejś przyjemności ekstra, na niedzielę, święto zapowiedzianej, od dni czarnych, zwykłych, mniej ciekawych. To uciecha dla najmniejszych jeszcze, kompletnych analfabetów.

Nie żałujmy groszaków na kalendarz, to nauka mierzenia czasu, przygotowanie przytem do trudnych naogół zadań arytmetycznych „na czas" w przyszłości.

Józefa Gażyńska.

Ze skrzynki do listów.

„Czy nie za duży brzuszek"?

Mamusi Tadzia w Łowiczu. Z takiem pytaniem zwraca się Pani do nas, podając nawet wymiary objętości brzuszka, klatki piersiowej i główki. Odpowiadamy więc z miejsca: Brzuszek u maleńkiego 4-romiesięcznego Pani Tadzia, sądząc z podanych cyfr, nie jest za duży Ale nie o to chodzi.

Z takiem pytaniem spotyka się

setki, a może i tysiące razy każdy lekarz, pracujący na terenie dziecięcym.

Obawa o za duży brzuszek ze strony matek częściej dotyczy ich córeczek, niż synów; nic w tem dziwnego. Bo w rozumowaniu ogółu matek za duży brzuszek u dziewczynki, a później u dorosłej panienki może bardziej zaważyć nad jej karjerą życiową, niż u chłopczyka, młodzieńca lub dorosłego mężczyzny. A wiadomo, że za duży, niekształtny brzuch może mniej lub więcej pomniejszać urodę kobiecą.

Ale wśród tych obaw o za duży brzuszek coraz częściej słyszy się ze strony matek niepokojące pytania, czy badane dziecko nie ma objawów tak zwanej angielskiej choroby. To wiązanie dużego brzuszka u dziecka z istniejącą u niego angielską chorobą jest słuszne, bo w wielu wypadkach duży brzuszek u dziecka jest następstwem krzywicy, czyli tak zwanej popularnie angielskiej choroby.

Oczywista, jest cały szereg chorób, w których brzuch może być mniej lub więcej duży. Chorób tych wyliczać tu i wymieniać nie będę. Bo przecież rzucane pytania matek i ich troska o brzuszek dotyczy dzieci naogół zdrowych, nie dotkniętych żadną poważniejszą chorobą.

Wracając więc do pytania Pani, raz jeszcze stwierdzam, że brzuszek maleńkiego Tadzia nie jest za duży. Ale może być za duży za mie-

siąc lub dwa, a może jeszcze później. Niech Pani nie robi przerażonej miny, bo jak Pani zechce, to do tego nie dopuści. Jak to zrobić?

Ogół matek już, dzięki Bogu, wie, że duży brzuszek może być u dzieci krzywiczych. Rzeczywiście tak jest.

Krzywica jest chorobą całego ustroju dziecięcego, jest chorobą wszystkich tkanek. Powiększona śledziona i wątroba u dzieci z krzywicą, wiotkość powłok brzusznych, giętkość żeber, stykających się z powłokami brzusznemi — oto zgruba przyczyny dużego brzucha u tych dzieci.

A zatem musi Pani strzec się angielskiej choroby u swego maleńkiego Tadzia. Może Pani zdaje się, że nie da sobie Pani z tem rady, albo może Pani myśli że musi Pani Tadzia karmić jakiemś lekarstwem, to się Pani myli.

Wystarczy tylko wychowywać Tadzia w myśl zasad i wymagań higjeny. A przestrzeganie tych zasad higjeny jesz rzeczą niesłychanie łatwą. Prawdopodobnie wymagania higjeny są przez Panią doskonale zachowywane, ale nie zaszkodzi, jeżeli je jeszcze tak pobieżnie przypomnę.

A zatem musi być Tadzio codziennie kąpany, bo czystość to zdrowie. Obok sześciokrotnego karmienia w odstępach trzygodzinnych, należy mu podawać codziennie surowe soki owocowo - jarzynowe (sok z cytryny, pomarańczy, marchwi, buraka), a jak mu minie 5 miesięcy, to obok wymienionych soków jeszcze przetartą jarzynę również z marchwi, buraka, kalafjora, lub szpinaku; jarzyny te muszą być gotowane.

Konieczną jest również rzeczą wynoszenie Tadzia na powietrze codziennie na 3 godziny i dłużej w zimie, a w lecie przebywanie na świeżem powietrzu przez cały dzień na wsi.

Zbędne jest chyba dodawać, że powietrze w mieszkaniu musi być również często odświeżane.

Jeżeli te zasady są lub będą ściśle przestrzegane przez Panią w wychowaniu swego Tadzia, to o jego brzuszek możemy być spokojni — za duży nie będzie.

Dr. St. Średnicki.



Odpowiedzi na listy rodziców.

1. *Pani A. Telatyckiej*. Sprawa bezsprzecznie jest trudna. Jednak powoli i systematycznie zwalczając ten brzydki nałóg, można wreszcie osiągnąć swój cel. Zachętą do walki powinien być dla Pani ten fakt, że wszystkie dzieci, które ssą swoje palce, wkońcu przestają to robić. Chodzi tu tylko o to, aby oduczyć chłopca od tego przyzwyczajenia wcześniej.

2. *Pani B. Kulczyckiej*. 10-miesięczna córeczka Pani podgorączkuje od 3 tygodni. Nie chcemy tego kwestjonować. Jednak Pani mierzy jej temperaturę niewłaściwie. Przy mierzeniu ciepłoty w odbycie wystarczy trzymać ciepłomierz 1—1½ minuty. Pani natomiast to robi w przeciągu 10 minut. Już przez to samo temperatura może się stać o parę, a nawet i o kilka kresek wyższą i symulować gorączkę. Radzimy więc pomierzyć małej ciepłotę w sposób tu podany, a może podniesienie ciepłoty, zresztą niewielkie, samo przestanie istnieć. Normalna ciepłota w odbycie wynosi w tym wieku rano 36°8, wieczorem 37°2 — 37°4.

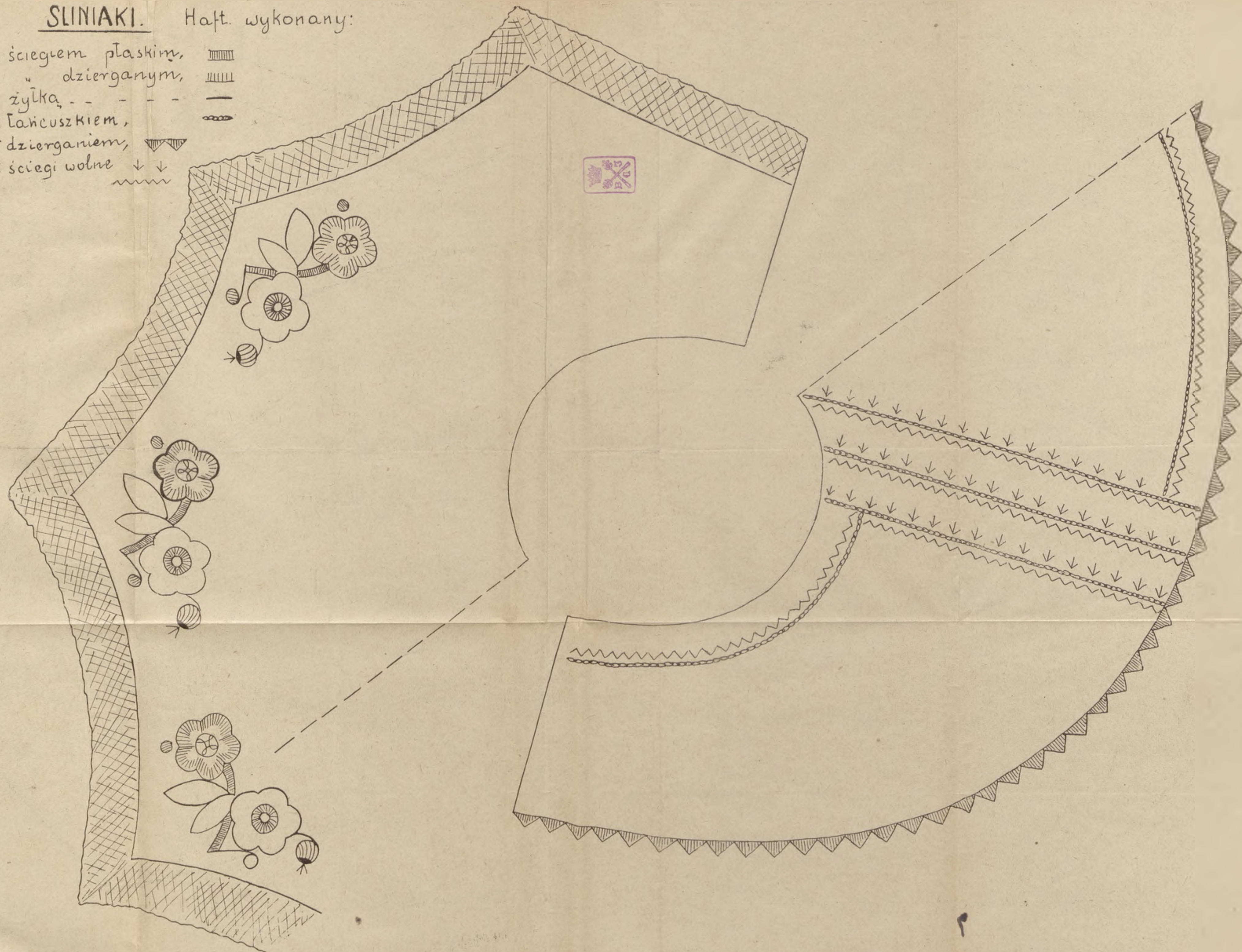
3. *Pani M. N.* Mączka Nestlé nie może zastąpić mleka całkowicie. Można ją używać tylko jako dodatek do mleka lub mlecznych mieszanek.

4. *Pani M. Grabiańskiej*. 4-letni Jędruś Pani umie już czytać, liczyć do 100, dodawać i odejmować w tych granicach i t. d. Poco to wszystko? Nie należy go tak rozwijać. Może to być szkodliwe.

5. *Pani E. Morawskiej*. Mamka ze społecznego i moralnego punktu widzenia nie wytrzymuje krytyki, o ile jest matka, która może karmić. Jeśli matka przez kilka godzin pracuje poza domem, można w tym czasie dać dziecku 1 lub 2 porcje mieszanki, ale nie wolno z tego powodu dziecka odstawiać od piersi matki.

6. *Pani Natalji Dzierżyńskiej*. Potrzebne jest ważenie dziecka. Jeśli dobrze mu przybywa wagi, wszystko jest w porządku. Parę stolców więcej u dziecka karmionego piersią w tym wypadku jest bez znaczenia.




SLINIAKI.
Haft. wykonany:
1 ściegiem płaskim,
2 " dzierganym,
3. żyłką
4. łańcuszkiem,
5 dzierganiem,
6. ściegi wolne

SUKIENKA DLA DZIEWCZYNKI OD LAT 4-ch.

1
3
4
3
3
3
ZŁOŻENIE KONTRAFAŁDY.
ZŁOŻENIE KONTRAFAŁDY.
RĘKAWKA RAMIĘ
2
2
PLECÓW. FORMY ZAŁAMANIE
KONTRAFAŁDY.
ZŁOŻENIE KONTRAFAŁDY.
ZŁOŻENIE
ZŁOŻENIE
5
ŚRODEK TYŁU.
ZŁOŻENIE
FORMY PRZODU.
ZAŁAMANIE
4
1
ŚRODEK PRZODU.
ŚRODEK PLECÓW.